



Согласовано:  
Директор МКОУ «Распопинская СП»  
Чапליева С.В.

Утверждаю  
Директор ООО «СОЮЗ-К» Киселев Г.А.



### Меню для дошкольной группы 3-7 лет

МКОУ «Распопинская СП»

Дата: 17.04. 2025 г.

#### 4 день

| №<br>рецеп-<br>туры | Прием пищи, наименование блюда                                                                           | Масса<br>порции | Пищевые вещества |            |                 | Энерг.<br>ценн.,<br>ккал |
|---------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|------------------|------------|-----------------|--------------------------|
|                     |                                                                                                          |                 | Белки,<br>г      | Жиры,<br>г | Углев<br>оды, г |                          |
| Завтрак             |                                                                                                          |                 |                  |            |                 |                          |
| 185                 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ<br>(МАННАЯ)                                                                         | 200/5           | 6,1              | 2,9        | 31,0            | 173,8                    |
| 395                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С<br>МОЛОКОМ                                                                            | 180             | 3,0              | 2,5        | 15,5            | 95,6                     |
| 6                   | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                                                                                         | 5               | 0,0              | 3,6        | 0,0             | 37,4                     |
| 5                   | БАТОН                                                                                                    | 30              | 2,3              | 0,9        | 15,4            | 78,6                     |
|                     | Итого за прием пищи:                                                                                     | 415             | 11,4             | 9,9        | 61,9            | 385,4                    |
| II Завтрак          |                                                                                                          |                 |                  |            |                 |                          |
| 371                 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН)                                                                                 | 100             | 0,9              | 0,2        | 7,9             | 41,7                     |
|                     | Итого за прием пищи:                                                                                     | 100             | 0,9              | 0,2        | 7,9             | 41,7                     |
| Обед                |                                                                                                          |                 |                  |            |                 |                          |
|                     | Овощи по сезону (огурец свежий,<br>помидор свежий, капуста квашеная,<br>огурец соленый, свекла отварная) | 50              | 0,8              | 0,1        | 4,4             | 21,4                     |
| 57                  | БОРЩ С КАПУСТОЙ И<br>КАРТОФЕЛЕМ                                                                          | 200             | 1,5              | 4,0        | 10,0            | 82,5                     |
| 304                 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                                                                                            | 150             | 25,4             | 27,3       | 25,3            | 454,3                    |
| 205                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ                                                                  | 130/5           | 4,9              | 4,1        | 31,4            | 186,7                    |
| 376                 | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ                                                                                | 180             | 0,0              | 0,0        | 14,0            | 55,8                     |
|                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                                                           | 30              | 2,3              | 0,2        | 15,1            | 71,0                     |
|                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                                                              | 30              | 2,0              | 0,3        | 12,7            | 61,2                     |
|                     | Итого за прием пищи:                                                                                     | 640             | 32,0             | 31,9       | 81,5            | 746,2                    |
| Полдник             |                                                                                                          |                 |                  |            |                 |                          |
|                     | ВАФЛИ                                                                                                    | 50              | 1,4              | 1,7        | 38,7            | 177,0                    |
| 394                 | ЧАЙ С МОЛОКОМ                                                                                            | 200             | 3,0              | 2,5        | 15,6            | 97,6                     |
|                     | Итого за прием пищи:                                                                                     | 250             | 4,4              | 4,2        | 54,3            | 274,6                    |
|                     | Всего за день:                                                                                           |                 | 48,7             | 46,2       | 205,6           | 1447,9                   |